

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Respon terhadap penerapan fisioterapi dada memberikan respon yang berbeda pada kedua pasien penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) dengan gangguan pemenuhan kebutuhan oksigenasi, yaitu setelah dua kali dilakukan fisioterapi dada pada pasien pertama saturasi oksigen mengalami peningkatan dari 93% menjadi 95% dan pada pasien kedua saturasi oksigen tetap 95%, serta adanya perbedaan jumlah sekret yang dikeluarkan yaitu pasien pertama mengalami penurunan ekspektoransi sekret dari 10 cc menjadi 5 cc, sedangkan pada pasien kedua pengeluaran sekret tetap yaitu 7 cc.
2. Respon yang sama setelah dilakukannya penerapan fisioterapi dada adalah menurunnya keluhan sesak nafas pada kedua pasien, penurunan frekuensi nafas yang mendekati normal, mudahnya pengeluaran dahak secara spontan.
3. Terdapat perbedaan implementasi penerapan fisioterapi dada pada kedua pasien, yaitu pada implementasi hari kedua pasien pertama tidak dilakukan postural drainase yang menyebabkan penurunan ekspektoransi sputum dari 10 cc menjadi 5 cc dan pada implementasi hari kedua pasien kedua selain dilakukan fisioterapi dada dilakukan juga latihan aktifitas yang menyebabkan

peningkatan saturasi oksigen menjadi 97% dan frekuensi nafas 25 kali permenit setelah latihan aktifitas.

## **B. Saran**

### 1. Bagi Pasien

- a. Agar menghindari terpapar asap rokok dan menghindari tempat-tempat yang mempunyai polusi tinggi atau menggunakan masker supaya terhindar dari sesak nafas
- b. Agar menghindari makan makanan amis-amis seperti telur, susu dan ikan (trutama ikan laut) atau yang menyebabkan alergi supaya terhindar dari sesak nafas
- c. Agar mengkonsmsi makanan yang mengandung nutrisi cukup seperti buah dan sayur
- d. Minum minimal 8 gelas dalam sehari agar dahak mudah dikeluarkan
- e. Melakukan aktivitas sehari-hari seperti menata rumah, sholat dan beribadah, mengunjungi kerabat atau tetangga dan olahraga seperti jalan-jalan pada pagi atau sore hari, bersepeda supaya meningkatkan kesehatan paru-paru
- f. Tidak melakukan aktivitas fisik yang terlalu berat dan istirahat yang cukup untuk menghindari sesak nafas muncul kembali

### 2. Bagi Keluarga

- a. Keluarga agar mengingatkan pasien teratur minum obat 3 kali dalam sehari untuk antibiotik dan 2 kali sehari untuk obat inhaler

- b. Keluarga agar mendampingi menjalani perawatan setelah keluar rumah sakit, karena pasien merupakan lansia pasien pasien menjalani pengobatan secara rutin selama sebulan sekali
- c. Keluarga agar membantu kebutuhan pasien sehari-hari seperti menyediakan makanan yang bergizi
- d. Agar tidak merokok di dalam rumah supaya menghindari pasien terkena polusi udara yang bisa menyebabkan sesak nafas

### 3. Bagi Perawat

Perawat agar memberikan edukasi kepada pasien mengenai cara meminum obat inhaler, hal-hal yang sebaiknya dihindari oleh pasien karena dapat mengakibatkan kesehatannya memburuk, dan kepada keluarga mengenai aturan minum obat pasien serta tindakan fisioterapi dada yang dengan sederhana agar dapat diikuti oleh keluarga secara mandiri di rumah.

### 4. Bagi Peneliti

Peneliti agar mengembangkan penerapan fisioterapi dada pada pasien terutama pasien penyakit paru obstruktif kronis (PPOK).